

## **Aerobic-Kurs in der Augusta-Akademie**

**Linden.** „Move your body – let the fat burn“, lautet das Motto des Fitness-Kurses der Augusta-Akademie in Linden. Das Programm bietet einfache Aerobic-Grundschriffe kombiniert mit kleinen Hanteln. Der gesamte Körper wird gestrafft, die Hanteln stärken zusätzlich die Schulter-, Rücken- und Nackenmuskulatur. Der Kurs findet donnerstags von 17 bis 18 Uhr in der Augusta-Akademie, Dr.-C.-Otto-Str. 27, statt. Informationen und Anmeldung unter ☎ 517-4901. Ein Schnuppertraining ist möglich.  
[www.augusta-akademie.de](http://www.augusta-akademie.de)